



И.Н. Маселл

Директор



МЕНЮ

на 18 - 19 Сентября 2 024 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед ОВЗ

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Среда							
Завтрак							
1	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	11,25
2	Йогурт натуральный м.д.ж. 2,5% 20гр	11,18	0,66	0,5	1	20	5,72
3	Запеканка из творога Диета № 9, без глютена	97,29	2,39	5,46	9,43	150	72,93
4	Какао-напиток молочный с витамином С диета 9	61,1	3,72	2,95	4,2	200	15,96
5	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	52,26	1,75	0,54	10,08	22	2,30
		287,93	8,62	16,7	24,85		108,16
Обед							
1	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы) с маслом	58,2	0,61	5,12	2,33	80	28,19
2	Борщ с капустой, картофелем с мясом свинины, сметаной и зеленью	209,94	9,07	14,19	10,88	250/30/10/1	39,45
3	Запеканка картофельная с рыбой БГ	231,22	15,02	5,5	30,24	200	59,32
4	Напиток из сухофруктов диета 9	37,78	0,46	0,02	8,91	200	2,96
5	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,13
6	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	94	3,52	1,36	16,32	40	5,89
		679,54	30,3	26,69	78,02		137,94
		967,47	38,92	43,39	102,87	Итого за день	246,10
Четверг							
Завтрак							
1	Яйцо отварное	62,8	5,08	4,6	0,28	40	13,60
2	Плов с мясом (свинина)	405,96	18,06	19,52	40,17	60/150	58,35
3	Чай гречишный	0,01				200	0,63
4	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	100,8	3,2	0,52	20,8	40	3,54
5	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,61
		609,97	27,64	24,86	69,55		77,73
Обед							
1	Томаты Черри свежие	14,4	0,7	0,16	2,15	80	57,15
2	Суп-лапша с курицей с зеленью БМ, БГ Диета 9	236,88	10,29	12,2	21,48	250/20/1	38,44
3	Филе куриное запеченное с сыром	88,7	11,04	4,66	0,66	50	39,01
4	Овощи припущенные (пагу овощное)	133,74	2,94	3,53	22,37	150	19,04
5	Напиток из ягод (смородина, вишня, клубника) диета 9	11,25	0,18	0,11	1,75	200	8,80
6	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	100,8	3,2	0,52	20,8	50	3,54
7	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	60,2	1,94	0,33	12,37	30	2,39
		645,97	30,29	21,51	81,58		168,37
		1 255,94	57,93	46,37	151,13	Итого за день	246,10

Шеф-повар

(подпись)
(подпись)

Калькулятор

(подпись)
(подпись)

Ракитина А.С.

Мед. работник

(подпись)
(подпись)

Начальник отдела

(подпись)
(подпись)

Степановичус В.Ю.